

Urszula Tokarska

Katedra Psychologii

Uniwersytet Pedagogiczny w Krakowie

TOŻSAMOŚĆ NARRACYJNA W DOBIE PŁYNNEJ NOWOCZESNOŚCI – NOWE WYZWANIA DLA PSYCHOLOGII NARRACYJNEJ

Słowa kluczowe: Tożsamość, Tożsamość jednostkowa, Tożsamość narracyjna, **Biografia**, **Narracja**, Narracja autobiograficzna, **Mit osobisty**, **Psychologia**, Psychologia stosowana, Terapia psychologiczna, Terapia narracyjna, Pozaterapeutyczna pomoc psychologiczna, Narracyjne strategie wspierania rozwoju osobistego, **Kierunki psychologiczne**, Psychologia humanistyczna, Psychologia narracyjna.

Celem artykułu jest dyskusja na temat możliwości i ewentualnych strategii narracyjnego określania własnej tożsamości przez człowieka żyjącego w warunkach współczesności. Konstatacja charakterystycznego dla ery przyspieszonego procesu przetwarzania informacji – coraz powszechniej występującego zjawiska – „(...) zanikania właściwej ludzkim istotom narratywności, opowieści organizującej i dającej koherencję temu, czego doświadczamy i co robimy” (Śleszyński 1998) kieruje refleksję ku dwu podstawowym zagadnieniom. Z jednej strony są to rozważania nad stopniem „przystawalności” klasycznych narracyjnych parametrów myślenia o sobie i własnym życiu (w kategoriach bohaterów/fabuł, ich początków i zakończeń itp.) do potrzeb, a nawet (hipotetycznie) – struktur umysłowych organizujących doświadczenie indywidualne człowieka żyjącego w dobie „płynnej nowoczesności” (Bauman 2007a). Z drugiej strony nasuwa się pytanie o możliwości (uprawnienia, granice, potencjalnych odbiorców, konkretne rozwiązania itp.) realizacji uwzględniających aspekt tożsamościowy projektów intencjonalnych „pozaterapeutycznych oddziaływań narracyjnych” proponowanych w obrębie współczesnej praktyki psychologicznej (Tokarska 2004; 2006).

Artykuł przyjmuje następującą strukturę: (1) od wprowadzenia w obszar psychologii narracyjnej jako kontekstu teoretycznego dogodnego dla konceptualizacji pojęcia „tożsamości narracyjnej”, (2) przez bardziej szczegółową analizę związków pomiędzy tożsamością narracyjną a pozostającym częściowo w nieświadomości jednostki tak zwanym mitem osobistym, (3) charakterystykę wybranych współczesnych

zakłóceń procesu konstruowania tożsamości narracyjnej, (4) po zasygnalizowanie możliwości udzielania psychologicznej pomocy w kształtowaniu i rozwijaniu tożsamości narracyjnej w ramach tak zwanych pozaterapeutycznych oddziaływań narracyjnych znajdujących wolno, ale systematycznie, coraz większe uznanie w obszarze praktycznej psychologii narracyjnej.

1. Psychologia narracyjna jako dogodny kontekst znaczeniowy dla konceptualizacji pojęcia „tożsamości narracyjnej”

Termin „psychologia narracyjna” wprowadzony przez Theodore’a Sarbina (1986) na oznaczenie specyficznego sposobu uprawiania psychologii – stanowiącego zdaniem autora ożywczą alternatywę wobec paradygmatu pozytywistycznego w naukach społecznych – określa zasób wiedzy opisującej zjawiska psychologiczne z tak zwanej perspektywy narracyjnej. Perspektywa ta oparta jest na teoretycznym założeniu, wynikach badań oraz obserwacjach życia potocznego, wskazujących, iż istoty ludzkie wykazują gotowość do wykorzystywania wątków narracyjnych dla strukturywania przepływu doświadczeń oraz nadawania im znaczenia. Psychologia narracyjna odwołuje się do idei kontekstualizmu w ujmowaniu zjawisk oraz tradycyjnego już, zaproponowanego jeszcze w 1890 roku przez Williama Jamesa, podziału dokonanego w obrębie konstruktów *self* na jego komponenty „ja” i „moje” (tak zwanej narracyjnej struktury *self*), a także klasycznego już określenia Jerome’a Brunera, iż „(...) język doświadczenia jest językiem narracyjnym” (Bruner 1986, 68). Przyjęcie perspektywy narracyjnej polega na umieszczeniu podmiotu doświadczenia – wraz z istotnymi dla niego wymiarami życia – w obrębie wątku narracyjnego. Analogicznie do ustaleń krytyki literackiej zwolennicy psychologii narracyjnej przyjmują, iż narracja, umożliwiając włączenie wymiaru czasu i miejsca (przestrzeni), pozwala poznać proces kształtowania się motywów działań „aktorów” (samego siebie bądź innych ludzi), a także uchwycić spostrzegane przez nich samych przyczyny wydarzeń, w których biorą udział. Tego rodzaju zabieg poznawczy umożliwia uzupełnianie danych na temat człowieka przyjmujących charakter kategoryjny o dane opisowe stanowiące punkt wyjścia dla pogłębionego procesu „rozumienia w kontekście”. Przyczynia się to z jednej strony do obniżenia poziomu wymaganego w naukowym paradygmacie pozytywistycznym obiektywizmu procesu poznawczego, a z drugiej strony dostarcza trudnej do przecenienia, a często nieosiągalnej innymi drogami, istotnej psychologicznej wiedzy o człowieku (Spence 1982; Tokarska 2007b).

Naturalny charakter „myślenia narracyjnego” (narracyjnego trybu przetwarzania informacji – *narrative mode*) opisany został przez Brunera (1986) jako jeden z dwu podstawowych rodzajów myślenia ludzkiego, nieredukowalnych w stosunku do siebie sposobów organizacji całej różnorodności ludzkiego doświadczenia, polegający między innymi na konstruowaniu opowiadań lub narracji przeciwstawianych myśleniu oddającemu się konstruowaniu logicznych lub indukcyjnych argumentów. Jego głównych funkcji Bruner upatruje w porządkowaniu doświadczenia i nadawa-

niu mu znaczenia, traktując myślenie typu narracyjnego jako proces heurystyczny, rodzaj myślenia przyczynowego zakorzenionego w specyficznych schematach poznawczych, tak zwanych schematach autonarracyjnych (aktorskich). Stanowią one rodzaj umysłowych reprezentacji narracyjnej struktury danej sfery rzeczywistości, przybierając formę – charakterystycznego dla danej osoby – ogólnego planu, szkicu scenariusza, który w zależności od kontekstu zostaje wypełniony konkretną fabułą. Według Jerzego Trzebińskiego (2002) schematy autonarracyjne wzbudzają przede wszystkim poznawczą gotowość i umiejętność rozumienia faktów w określony sposób, a mianowicie jako historii o określonych treściach. Ukierunkowując uwagę jednostki, uwrażliwiają ją one zatem na pojawienie się określonych typów sytuacji problemowych, tym samym wyznaczając charakterystyczne dla niej sposoby myślenia o sobie i świecie, co znajduje wyraz w podejmowanych następnie decyzjach i działaniach. Esencjalna struktura podstawowego schematu autonarracyjnego wyraża się w sposób przedstawiony w tabeli 1.

Tabela 1. Struktura podstawowego schematu autonarracyjnego

BOHATER	INTENCJA (zróżnicowany stopień świadomości)	CEL
	PRZESZKODY (zróżnicowany stopień świadomości oraz umiejętność radzenia sobie)	

Źródło: opracowanie własne.

Brak wykształcenia pełnego schematu autonarracyjnego w odniesieniu do istotnych sfer życia jednostki bądź deficyty w ich budowie prowadzą zdaniem przedstawicieli psychologii narracyjnej do różnego rodzaju utrudnień w funkcjonowaniu człowieka, między innymi do zaniku specyficznego rodzaju wytrwałości w podejmowaniu przez niego samozobowiązań oraz odporności na pokusy odciągające bohatera opowieści od jej głównego wątku, tak zwanej motywacji narracyjnej. Motywacja tego typu stanowi pochodną poczucia oczywistości decyzji i działań podejmowanych w zgodzie z „własną opowieścią”, a jej główna reguła brzmi: „nie niszczyć właśnie powstającej [lub „działającej się” – przyp. aut.] opowieści” (Trzebiński 1995).

Spośród wielu istotnych z psychologicznego punktu widzenia funkcji uruchamianych na drodze narracyjnego trybu przetwarzania informacji wymienia się między innymi doskonalenie tak zwanego myślenia biograficznego, którego przedmiotem staje się droga życiowa podmiotu oraz jego rozwój. W zależności od orientacji temporalnej ten rodzaj myślenia przybiera postać refleksji nad przeszłością, oceny aktualnej sytuacji, prognozowania przyszłości bądź próbuje uchwycić wszystkie te wymiary w sposób łączny. Zbigniew Pietrasiński charakteryzuje myślenie biograficzne jako

(...) dążenie do rozpatrywania znaczących problemów życiowych nie doraźnie, ale w łączności z historią i przyszłością oraz umiejętność patrzenia na własne zachowania z większego, filozoficznego i biograficznego dystansu (Pietrasiński 1990, 57).

Podkreśla on główne elementy myślenia biograficznego, takie jak umiejętność określania życiowego celu oraz uchwycenia idei łączącej poszczególne doświadczenia i wydarzenia w znaczące całości, a także zdolność do dostrzegania związków między własnym rozwojem a poszczególnymi (rozpatrywanymi w krótszych jednostkach czasowych) doświadczeniami. Prowadzi ono, jego zdaniem, do doskonalenia tak zwanej kompetencji biograficznej, wyrażającej się w zdolności do aktywnego współtworzenia własnej drogi życia (biografii). Za najistotniejszą konsekwencję wykształcenia owej kompetencji jednostki przyjmuje się minimalizację niebezpieczeństwa „rozminięcia się” danego człowieka we własnym życiu z tym, co sam uznaje za naprawdę ważne.

Należy podkreślić, że doskonalenie kompetencji biograficznej wymaga pogłębionej samoświadomości, podstawowego wglądu w uwarunkowania własnego rozwoju, a także – przynajmniej częściowego – poczucia sprawstwa w odniesieniu do własnej biografii. Żadna z tych umiejętności nie stanowi części składowej oficjalnych programów edukacyjnych, rzadko też świadomość wagi ich wspomagania dostępna jest osobom dorosłym kierującym procesem wychowawczym.

2. Tożsamość narracyjna, określanie i rewizja życiowego mitu

Wprowadzony w latach pięćdziesiątych XX wieku do języka nauk społecznych przez Erika Eriksona termin **tożsamość** jest używany – w zależności od przyjętej wizji człowieka – w różnych znaczeniach: od **ujęcia rozwojowego**, gdzie zdobycie stabilnej tożsamości integrującej poszczególne role społeczne traktowane jest jako zadanie rozwojowe określonego etapu życia człowieka (Erikson 1960; 2004; Bastowska 1999), przez **konceptualizacje poznawcze** opisujące tożsamość jako rodzaj samowiedzy jednostki tworzącej systemy tożsamości osobistej i społecznej (Boski, Jarymowicz, Malewska-Peyre 1992), po **podejście społeczno-kulturowe** traktujące tożsamość jako dynamiczny produkt społeczny ściśle związany z kontekstami: społecznym i historycznym (Melchior 1990).

Przyjmuje się, iż poczucie tożsamości kształtuje się zarówno przez odwoływanie się do tego, co wyodrębnia daną jednostkę z otoczenia (pozostając specyficznym tylko dla niej), jak i akcentowanie jej powiązań ze strukturami szerszymi od niej samej: innymi ludźmi, społeczeństwem, kulturą, historycznym czasem i przestrzenią (między innymi Erikson 1960; 2004; Koziński 1981; Marcia 1966; 2002), a nawet wymiarami przekraczającymi racjonalne, linearne pojmowanie rzeczywistości (por. pojęcie „czasu kosmicznego” Sama Keena i Ann Valley-Fox, 1989, oraz analizę zależności pomiędzy „granicami ja” a poczuciem tożsamości, przeprowadzoną w ramach psychologii transpersonalnej przez Kena Wilbera, 1996).

Zainteresowani zagadnieniem związków pomiędzy narracją a tożsamością współczesnego człowieka badacze, między innymi David Carr (1986), Kenneth i Mary Gergen (1988), Anthony Giddens (2001), Paul Ricoeur (1984, 1992 i 2005) i Charles Taylor (1989, 1995 i 2001) podkreślają coraz częściej znaczącą poznawczą „noś-

ność” pojęcia łączącego w sobie oba te zagadnienia, a mianowicie pojęcia **tożsamości narracyjnej** rozumianej jako zinternalizowana i rozwinięta narracja autobiograficzna tworząca się i zmieniająca w ciągu całego życia.

Podstawowy rys ich rozważań stanowi wyraźne akcentowanie związków pomiędzy określaniem przez człowieka własnej tożsamości a samointerpretacją. Klasyczną już wypowiedź Ricoeura, że „podmioty rozpoznaje się w historiach, jakie o sobie opowiadają” (Ricoeur 1984, 247), trafnie rozszerza zgłębiający to zagadnienie Taylor:

To, czym jestem, moja tożsamość, jest z istoty definiowane przez sposób, w jaki rzeczy mają dla mnie znaczenie. I, jak to już wielokrotnie wskazywano, **ważność rzeczy dla mnie i problem mojej tożsamości jest rozstrzygalny tylko w języku interpretacji, którą zaakceptowałem jako trafną artykulację tych kwestii. Pytanie o to, kim jest dana osoba, w oderwaniu od jej samointerpretacji jest pytaniem źle sformulowanym, na które w zasadzie nie ma odpowiedzi** (Taylor 1989, 34; podkr. aut.).

Tak więc w ujęciu Taylora proces samorozumienia dokonuje się w języku – „W przypadku jaźni *self* język jest konstytutywny dla badanego obiektu” (tamże), a narracja stanowi „prymarną strukturę samointerpretacji” (Rosner 1999, 14; Grzegorek 2003), ujmowania przez jednostkę swego życia w strukturę znaczenia, która prowadzi do określenia jej tożsamości. Zagadnienie dokonywanego w języku procesu samointerpretacji zostaje tu połączone z kwestią poczucia sensu życia oraz uwarunkowań ludzkich wyborów moralnych w społeczeństwie ponowoczesnym. Jeden z najczęściej podkreślanych wyznaczników przemian w obrębie społeczeństw zachodnich stanowi bowiem „rozplynięcie się” w świadomości większości ludzi „kosmicznego porządku moralnego” (Taylor 1989), w którym miejsce i powinności jednostki były jasno określone, co naraża człowieka współczesnego na utratę „(...) poczucia, że osoba jest całością oraz że jej życie może być uzasadnione przez jakąś rację, misję czy cel” (McAdams 1985, 4), a tym samym utratę poczucia sensu własnego życia (por. między innymi Langbaum 1982; Lifton 1979). Ponieważ w kulturze współczesnej istnieje wiele alternatywnych porządków moralnych, posiadanie sensu życia zostaje uzależnione w znacznej mierze od umiejętności świadomego dokonania wyboru między nimi oraz wykreowania (w ramach tekstów i dyskursywnych wzorców danej kultury), a także wyartykułowania indywidualnego poczucia sensu życia.

Szczegółową analizę procesu kształtowania się tożsamości narracyjnej znajdziemy, obok prac Ricoeura, między innymi u Keena (Keen, Valley-Fox 1989; Keen 1990), Dana McAdamsa (1985, 1988) oraz Michaela Mary’ego i Henny’ego Nordholta (2004). Autorzy ci podkreślają dwie podstawowe różnice w odniesieniu do wcześniejszych konceptualizacji pojęcia tożsamości. Przyjmują oni założenia: (1) iż tożsamość nie jest stabilnym stanem umysłu ludzkiego, ale dynamicznym procesem (2) tożsamość nie może być opisywana w kategoriach uniwersalnych mechanizmów – a jedynie w kategoriach samointerpretacji dokonywanej przez konstruującego ją wciąż na nowo (doświadczającego jej zmienności) człowieka.

W ujęciu Ricoeura (1992) sytuacja „komunikacji narracyjnej” (w której jedna z osób „dostarcza” opowiadania, a druga je odbiera) umożliwia opowiadającemu

uruchomienie tak zwanego rozumowania narracyjnego, które stanowi próbę samookreślenia się w procesie relacjonowania doświadczenia indywidualnego poprzez opowieść o własnym życiu. Rozumowanie narracyjne przejawia się w postaci „wyobrażeniowych narracji na temat samego siebie”, których forma może zostać zapożyczona bądź od wysłuchanego osobiście drugiego człowieka, bądź za pomocą pośrednich form komunikacji, między innymi z literatury. Jasno określone tożsamości postaci literackich dostarczają wzorców samookreślenia się, a na całość literatury proponuje Ricoeur spojrzeć jako na „laboratorium eksperymentów myślowych, które za pośrednictwem lektury możemy zastosować wobec samych siebie” (tamże, 41). Próby samookreślenia mogą zakończyć się jego zdaniem ukonstytuowaniem tak zwanej tożsamości narracyjnej, a więc uchwyceniem jedności, spójności i teleologicznej orientacji osoby opowiadającej na podstawie kryterium zewnętrznego wobec niej – jakim jest zawiązanie fabuły. Proces ten określa Ricoeur jako „samopodtrzymywanie”, ponieważ zawiązanie fabuły ułatwia opowiadającemu połączenie oderwanych elementów własnego doświadczenia w pewną całość, której mógł on wcześniej – na poziomie doświadczenia własnego życia – nie dostrzegać. Każde ze zdarzeń w jej obrębie pozostaje bowiem w określonych związkach z innymi zdarzeniami oraz z nadrzędną całością, która je wszystkie ogarnia. Ciąg zdarzeń uszeregowanych w różnych porządkach: przyczynowo-skutkowym, czasowym czy teleologicznym jest powiązany jednocześnie z postaciami w nich uczestniczącymi, a wypowiedź o własnym życiu przyjmuje najczęściej postać autonarracji:

Dzięki zawiązaniu fabuły nieprzewidywalność perypetii dodaje cech konieczności, albo raczej prawdopodobieństwa, opowiadanej historii. Ponieważ postaci zostają wplecione w fabułę równocześnie z akcją narracyjną, tożsamość postaci wywodzi się właśnie z kształtu samego opowiadania. Podobnie jak samo opowiadanie postaci wykazują pewnego rodzaju niezgodną zgodność, istotną dla struktury fabuły. Podobnie jak samo opowiadanie łączą się one w tym samym szeregu celów, przyczyn i nieprzewidzianych zdarzeń, które tym razem składają się na kształt opowiadania (tamże, 40).

Tak więc wyodrębniona przez Ricoeura odmiana tożsamości osobowej, jaką jest tożsamość narracyjna, stanowi wypadkową faktycznej ciągłości oraz ciągłości „życzeniowej” – stanowiąc stopień pośredni między dwoma skrajnymi biegunami tożsamości. Są to: z jednej strony tożsamość „jednakowości” (oznaczona łac. wyrazem *idem*, ang. *the same*), z drugiej zaś tożsamość „poczucia bycia sobą” (łac. *ipse*, ang. *self, selfhood*). O ile tożsamość typu jednakowości wyraża pewien faktyczny, obserwowalny stan rzeczy (znajdując swój wyraz w określeniu „charakter” – zbiór stałych skłonności, za pomocą których jakaś osoba rozpoznawana jest jako ta sama), o tyle „poczucie bycia sobą” (subiektywne przekonanie o własnej „jedności w zmienności” bez względu na stopień zewnętrznie obserwowalnej stabilności) może już wymagać dodatkowego podtrzymywania z zewnątrz. Jako przykład nadawania formy temu, co ze swej natury nie jest stałe, wymienia Ricoeur między innymi zdolność do dotrzymywania słowa:

Ciągłość tego samego bytu w czasie jest jednym, a zachowanie siebie samego mimo zmian przekonań i skłonności jest czymś całkiem innym (...). Mimo zmienności dotrzymuje

słowa (...). Ciągłość charakteru to jedna rzecz, a stałość przyjaźni to coś całkiem innego (tamże, 43, 34).

Również Keen, McAdams oraz Mary i Nordholt opisują tożsamość w kategoriach narracyjnych. Analogicznie do zasygnalizowanych wcześniej poglądów innych badaczy konstatują oni, iż człowiekowi współczesnemu brakuje często poczucia, iż własne życie stanowi pewną całość – będącą z kolei częścią innej – większej – całości, a

(...) człowiek współczesny odgrywa wiele różnych ról, ale często nie potrafi stworzyć tożsamości, która zintegrowałaby je wszystkie. Brak mu poczucia, że osoba stanowi jedność (McAdams 1985, 4).

Wskazują oni na niezbędny warunek kształtowania się tożsamości, jakim jest umiejętność uchwycenia relacji między świadomością teraźniejszości, pamięcią przeszłości oraz antycypacją przyszłości, a także odnalezienie nadającego spójność jednostce kryterium zewnętrznego, twierdząc, iż mogą one znaleźć najbardziej naturalne powiązanie w procesie opowiadania, dzięki zawiązaniu fabuły. W swoich rozważaniach wykraczają oni jednocześnie poza opisane w pracach Ricoeura zagadnienie tożsamości narracyjnej, uznając tworzenie opowieści o życiu za odkrywanie bądź stwarzanie pewnego mitu – ustrukturalizowanego systemu wyobrażeń o samym sobie, rodzaju samookreślenia się (wyrażającego się często przypisywaniem określonym elementom własnej biografii nadnaturalnego znaczenia oraz skłonnością do wyolbrzymiania lub przeakcentowywania pewnych elementów kosztem innych). Pojęcie mitu osobistego wywodzą oni z prac Josepha Campbella (1994; 1997) – koncentrując się jednak na poziomie jednostkowym.

Podstawową różnicę pomiędzy obydwojema, ściśle z sobą powiązanymi pojęciami – osobistego mitu oraz tożsamości narracyjnej – można scharakteryzować w następujący sposób: osobistym mitem „żyje się” niezależnie od tego, czy zostanie on zwerbalizowany (Keen przyrównuje go do „góry lodowej”, której znaczna część pozostaje poniżej progu świadomości i może na stałe pozostać nieodkryta, Mary i Nordholt opisują go z kolei jako „ukryty plan życia”), natomiast tożsamość narracyjną „tworzy się” poprzez opowiadanie o sobie samym, w nawiązaniu bądź opozycji (w zależności od stopnia samoświadomości oraz akceptacji posiadanej samowiedzy) do osobistego mitu (por. Oleś 2003).

Związki między narracją autobiograficzną a osobistym mitem zachodzą na kilku płaszczyznach. Przede wszystkim opowiedziana historia życia może – choć nie musi – pomóc w odkryciu, zrekonstruowaniu osobowego mitu organizującego życie danej osoby. W konsekwencji pojawia się szansa na utworzenie na jego podstawie nowego mitu – wzorca, który jest w stanie określić indywidualną „wędrowkę życia” (Campbell 1994; 1997; Pearson 1991; 1995) w sposób bardziej adekwatny – jedynie w odwołaniu do pewnych elementów mitu „przekazanego” danej osobie we wczesnym etapie rozwoju i pozostającego w dużej mierze poza kontrolą jej świadomości. Opowiadanie o sobie samym (narracja autobiograficzna) pełni tu więc funkcję wspomagającą poznawanie i określanie samego siebie, co ułatwia proces formowania tożsamości narracyjnej.

Poszczególni autorzy prezentują odmienne poglądy na stopień możliwości przekształcania osobistego mitu na drodze świadomej pracy narracyjnej. Mary i Nordholt (2004) przyjmują, iż jedyna wolność, jaką jako ludzie dysponujemy w odniesieniu do „ukrytego planu życia” przejawia się w jego stopniowym odkrywaniu (uświadamianiu sobie), akceptacji oraz podejmowaniu prób jego urzeczywistniania – prowadzącego do wewnętrznej harmonii. McAdams akcentuje zależność między stabilnością tożsamości a stabilnością konstrukcji opowiadanej historii życia, twierdząc, iż kryzysy tożsamości znajdują swe odbicie w rewizji opowieści. Keen wskazuje jednocześnie na kierunek odwrotny: według niego to właśnie rewizja opowieści jest w stanie dopomóc w zmianie tożsamości. Postuluje on dlatego wzajemne, wielokrotne opowiadanie sobie historii życia konfrontujących zarówno opowiadającego, jak i słuchającego, z wielością możliwych ujęć oraz wewnętrznymi sprzecznościami w obrębie opowiadanej historii życia. Wielość możliwych ujęć stawia opowiadającego przed zadaniem dokonywania nieustannego wyboru pomiędzy potencjalnymi wersjami własnej historii, nie pozwalając zarazem „zamknąć się” w obrębie raz ustalonej opowieści. Wzbudzanie świadomości owej wielości przeciwdziała „(...) zamykaniu się w życiu, które postanowiło się zapamiętać” (Musgrave, za: May 1997, 58), a zarazem przypomina, iż „zakładanie nowego życia, jeśli mamy żyć własnym życiem, a nie naśladować życia innych – zawsze jest wynikiem pewnego poszukiwania” (Campbell 1994, 217). Dlatego też zarówno Sam Keen, jak i Rollo May przechodzą w swych rozważaniach na temat pełnionych przez narrację autobiograficzną funkcji o krok dalej, twierdząc, iż ukształtowanie własnej tożsamości narracyjnej nie stanowi etapu końcowego możliwego do osiągnięcia w procesie opowiadania. Opisują go oni jedynie jako niezmiernie istotny, ale zarazem początkowy etap dalszej „pracy narracyjnej”, stanowiący według nich naukę „gubienia” czy też „porzucania” raz określonej tożsamości, tak by dać sobie szansę na wykorzystanie różnorodnych, potencjalnie tkwiących w opowiadającym możliwości istnienia (por. koncepcję przekraczania kolejnych tożsamości jako niwelowania granic, opracowaną w obrębie psychologii transpersonalnej między innymi przez Wilbera, 1996, oraz spiralny schemat rozwoju człowieka dorosłego omówiony w pracach Carol Pearson, 1991; 1995).

Stanowiące punkt wyjścia dla ponownego „tworzenia samego siebie”, samopoznanie wymaga przyjęcia postawy otwartości na zmiany, do czego prowadzi etap porzucania „tego, co stare” – „dziecięcych identyfikacji” (Kernberg 1975), utrwalonych wzorców myślowych (Ellis 1976), „życiowych skryptów” (Berne 1998; Steiner 1974) oraz nieaktualnych „struktur życiowych” (Levinson 1978). W filozofii i psychologii współczesnej poznanie samego siebie uznawane jest często za warunek wstępny nie tylko „życia autentycznego”, ale i zdrowia psychicznego (w niektórych ujęciach zakresy obu terminów pokrywają się). „Ponowne odkrywanie siebie” wymagające uwolnienia się od własnej przeszłości oraz/bądź przyjęcia nowych perspektyw jej oglądu jest uznawane coraz częściej za niezbędny warunek dalszego rozwoju osoby. Jak określa to Roy Schafer, „rozwój jednostki można określić przez zmianę pytań, na które poszukuje ona odpowiedzi w swej autonarracji” (Schafer 1981, za: Rosner 1999, 14).

3. Zakłócenia procesu konstruowania tożsamości narracyjnej

Do indywidualnych źródeł zakłóceń procesu konstruowania tożsamości w formie narracyjnej zaliczyć można między innymi ograniczone możliwości poznawcze danej jednostki (w tym zdolności do symbolizacji doświadczeń, Frick 1983), niski poziom samoświadomości bądź motywacji do poznawania samego siebie, a także odwagi do wykraczania poza schematyczne wzorce interpretacji doświadczenia indywidualnego. Warto zwrócić również uwagę na opisywane przez Ricoeura (1992; zob. Pawlak 2000) zjawisko „zerwania nici narracyjnej” (niezdolności do podjęcia narracji) pod wpływem przekraczającego aktualne zdolności adaptacyjne cierpienia, uniemożliwiającego – ze względu na skrajną koncentrację na aktualnym wymiarze czasowym – wyartykułowanie spójnej autonarracji.

Pozaindywidualnych źródeł podstawowych zakłóceń procesu konstruowania tożsamości narracyjnej współczesnego człowieka upatrywać należy między innymi w znaczącej różnicy pomiędzy możliwością, a często też koniecznością, rezygnacji z wysiłku tworzenia zindywidualizowanych historii życia w społeczeństwach o ściśle określonych z góry rolach i zadaniach, które „multiplikują” swe podstawowe historie w postaci „tożsamości przejętych” (Marcia 1966; 2002), a zdecydowanym zwiększeniem możliwości (wręcz „imperatywem”) indywidualizowania historii własnego życia w społeczeństwach posttradycyjnych. Podstawowe utrudnienie przejawia się rzecz jasna nie w samej (stanowiącej przejaw otwierania nowych możliwości rozwojowych) różnicy, a w – paradoksalnym – połączeniu owej mnogości opcji z jednoczesnym brakiem udzielania pomocy w wyborze drogi własnego życia oraz poznawczego opracowania „koncepcji siebie” w formie spójnej (a zarazem otwartej na nowe doświadczenia) tożsamości.

Zasygnalizowany powyżej brak pomocy dotyczy nie tylko **zawartości treściowej** opowieści o życiu: (1) życiowych wyborów wraz ze stanowiącymi ich konsekwencje działaniami i ostatecznym bilansem poznawczo-emocjonalnym; ale i (2) uruchamiania, wzmacniania oraz rozwijania prymarnej narracyjnej struktury ujmowania doświadczeń, która stanowić może potencjalnie dogodną dla owej zawartości **formę**. Jednocześnie warto podkreślić (3) potrzebę udzielania pomocy w obszarze poznawczych umiejętności dostrzegania **powiązań** pomiędzy treścią doświadczenia indywidualnego a potencjalnie scalającymi je i nadającymi sens formami narracyjnymi – zarówno na poziomie samego doświadczenia, jak i jego ewentualnej wtórnej narracyjnej reinterpretacji. W tabeli 2 na potrzeby niniejszego artykułu wymienione zostaną skrótowe charakterystyki wybranych przejawów „płynnej nowoczesności” wraz z ich hipotetycznymi – bezpośrednimi bądź pośrednimi – negatywnymi konsekwencjami dla przebiegu oraz rezultatów procesu kształtowania tożsamości narracyjnej.

Tabela 2. Tożsamość narracyjna w „płynnej nowoczesności”

KULTURY TRADYCYJNE	„PŁYNNĄ NOWOCZESNOŚĆ”	KONSEKWENCJE dla procesu tworzenia tożsamości narracyjnej
momenty stałości i przewidywalności	płynna rzeczywistość : prowizoryczność więzi; brak zobowiązań	trudności w ukonstytuowaniu względnie stałych wątków tematycznych oraz wyodrębnianiu integrującego je głównego tematu życia
odniesienia do świata wartości u-łoż-samianie się jako ustanawianie relacji wobec czegoś	„Nicland” (Burzyńska 2004): negacja znaczenia wartości tradycyjnych, jakichkolwiek wartości bądź stosowanie ich wymiennych hierarchii	brak kontekstu nadającego sens całości tożsamości „w relacji” oraz znaczenie wybranym archetypowym wątkom (dotyczącym m.in. cierpienia i śmierci)
celebrowanie narracyjnego charakteru przełomowych momentów biografii: „fabuła” / „początków” / „zakończeń”	odejście od rytualizacji przejść między fazami życia	„rozmyte” granice dla wyodrębnienia naturalnych części opowieści życia; pogłębianie rozdzwiku między realnym doświadczeniem a strukturami narracyjnymi
umiejętność dostrzegania ponadczasowego charakteru ludzkich doświadczeń (tożsamość gatunkowa i kulturowa)	koncentracja na teraźniejszym wymiarze czasowym; lekceważenie przeszłości, lęk przed przyszłością	niewzględnianie wszystkich wymiarów czasowych stanowiących o pełni życiowej historii, konstruowanie tożsamości „niekompletnych”
jasno określone tożsamości bohaterów o wyrazistej podmiotowości; poczuciu sprawstwa i określonych przymiotach charakteru (świadomość intencji, umiejętność pokonywania trudności)	odmienne zbiorowe postaci emblematyczne: płynność i brak osadzenia (Celebrities); anonimowość komunikacyjna np. w obrębie blogów ze zmiennymi i kreowanymi ad hoc charakterystykami ich „autorów”	trudna do uchwycenia w ramach spójnej opowieści „płynność” postaci; rozmyte bądź zmienne motywy ich działań; zewnętrzna atrybucja ewentualnych niepowodzeń; zaburzenia wymiaru autentyczności tożsamości (Heidegger)
poczucie przynależności do <i>Wielkich Narracji</i> , a zarazem uczestnictwa w <i>Małych Ojczyznach</i> (adaptacyjne wpisanie w „Opowieść Świata”)	zamieszkiwanie <i>Globalnej Wioski</i> ; złudne poczucie „dostępu do wszystkiego”, czyli – w jakimś sensie – do niczego w pełni; powierzchowność doświadczeń i relacji; ostateczne osamotnienie	brak szerszego kontekstu, a więc punktu odniesienia dla określenia podobieństw i różnic między własną historią i tym, co ją przekracza, a zarazem „zakotwicza” w określonym miejscu i czasie
dostęp do spójnych wzorców narracyjnych; łatwość symbolizacji doświadczenia	utrudniony kontakt ze spójnymi wzorcami narracyjnymi; wzrastająca tendencja do alineamej i asekwencyjnej organizacji danych oraz konkretyzacji doświadczenia	zanik integracyjnej funkcji narracji, w tym narracji autobiograficznej, a w konsekwencji możliwości kształtowania tożsamości narracyjnej; tożsamości jednowymiarowe
poznawanie „odpowiednich historii w odpowiednim czasie” dostarczanych przez znaczących osobistość „opowiadaczy”	chaotyczny dobór treści przekazywanych narracyjnie, zawężenie przede wszystkim do funkcji hedonistycznych oraz pozostających w nikłym związku z aktualnymi zadaniami rozwojowymi; lekceważenie tradycji opowiadania	ambiwalentny lub negatywny emocjonalny ton tożsamości, m.in. jako konsekwencją braku przeciwdziałania „wiedzy spóźnionej” oraz lekceważenia znaczenia profilaktycznego przekazywanych w formach narracyjnych tzw. „wątków mądrościowych”

Źródło: opracowanie własne.

Jedno z interesujących dla praktycznej psychologii narracyjnej zagadnień – obok kwestii zawartości treściowej oraz formy tożsamości narracyjnej współczesnego człowieka – stanowi **ustanawianie i podtrzymywanie powiązań** pomiędzy treścią doświadczenia indywidualnego a potencjalnie scalającymi je i nadającymi sens autonarracjami. Łatwym do zaobserwowania na wszystkich etapach rozwoju tożsamości zjawiskiem pozostaje bowiem poznawcze oddzielanie – przynależnych jakoby do innego porządku interpretacyjnego – historii („opowiadanych” na przykład w formie filmu fabularnego) – od realiów codzienności. Jak powiada jeden z bohaterów współczesnej powieści: „(...) zdania tego rodzaju są prawdziwe tylko w książkach: w życiu są fałszywe. Życie jest o wiele bardziej skomplikowane (...), proszę mi wierzyć” (Baricco 2007, 46).

Nie oznacza to jednak braku poszukiwania, również przez przedstawicieli młodego pokolenia, tego rodzaju – nadających sens życiowym doświadczeniom oraz pozwalających odpowiedzieć na pytanie o własną tożsamość – zależności. I tak na przykład niezainteresowani w sposób bezpośredni kontaktem z dziedzictwem literackim młodzi bohaterowie jednej ze sztuk Anny Burzyńskiej (2004), Anita i Bartek (realizujący po okresie leczenia z uzależnienia od gier komputerowych „projekt obecności w świecie rzeczywistym”), pozbawieni z własnego punktu widzenia jakichkolwiek możliwości działania w sytuacji realnego braku miejsc na rynku pracy („Oczywiście! Podjąłem wszelkie kroki w dążeniu do samoakceptacji, samorealizacji, samorozwoju i... samobójstwa. Podjąłem. I wiesz co? – Co? – I nic! Nic nie możesz zrobić. To jest Nicland”, tamże, 21) stawiają sobie samodzielną diagnozę takiego stanu rzeczy: „Wszystko się rozłazi”. Dają oni tym samym wyraz głęboko zakorzenionemu, pozornie „niemodnemu” (auto)narracyjnemu pragnieniu (Anita):

(...) Chcę, żeby wszystko było... żeby było po kolei, żeby miało początek i koniec, i żeby coś było w środku, poukładane, jedno obok drugiego, w jakimś porządku, i żeby wszystko miało swoje miejsce, i żeby miało sens, i żeby był w tym jakiś cel (...) (tamże, 222).

Bohaterowie cytowanej sztuki upatrują możliwości zaspokojenia intensywnie odczuwanej potrzeby spójności i sensu własnych doświadczeń życiowych jedynie w pogrążającym ich sytuację powrocie do świata fikcji. Burzyńska wskazuje dobitnie nie tyle na fakt zupełnego pozostawienia młodych ludzi bez dostępu do spójnych wzorców narracyjnych, ile raczej na brak umiejętności dostrzegania i utrzymywania związku pomiędzy uruchamianą przez „zewnątrzny” tekst (scenariusz gry) wewnętrzną strukturą poznawczą – „autonarracyjnym schematem poznawczym” – a realiami ich codziennego życia. Analiza powyższego fragmentu wskazuje wyraźnie na to, iż umysły bohaterów cytowanej sztuki wykazywały wzmogoną poznawczą gotowość do funkcjonowania w ramach opisywanych przez psychologię narracyjną struktur organizacji doświadczenia (scenariusz podjętej przez nich gry zawierał bowiem wszystkie istotne elementy schematu autonarracyjnego: identyfikowali się z bohaterскими postaciami „Wojownika” i „Królowej” wyzwanymi do pokonania niebezpiecznych przygód na drodze do własnego Królestwa). Kiedy jednak w obliczu braku odpowiedniego „budulca” (oczekiwanych doświadczeń – „treści opowieści”) dla konstrukcji satysfakcjonującej historii własnego życia ich umysły zostały

negatywnie wzmocnione przez brak umiejętności poznawczych umożliwiających pełną realizację schematu autonarracyjnego w realnym życiu, wydarzenia potoczyły się w – opisany przez Burzyńską – tragiczny sposób.

Powyższy przykład warto wzmocnić zacytowaniem wypowiedzi Carra akcentującego fakt, iż

(...) narracyjna spójność zdarzeń i działań nie jest nam po prostu dana. Jest to raczej stale stojące przed nami **zadanie**. Doświadczać, działać, żyć (...) to utrzymywać i, jeśli to konieczne, przywracać narracyjną spójność samego czasu, zachowywać ją wbrew temu wewnętrznemu rozpadaniu się jej na części składowe. **Stawką, o którą tu chodzi, jest spójność mojego ja, jedność i integralność mojej tożsamości** (Carr 1986, 96; podkr. aut.).

4. Możliwości udzielania pomocy w kształtowaniu i rozwijaniu tożsamości narracyjnej

Odwołująca się do założeń psychologii narracyjnej tak zwana terapia narracyjna stanowi zwarty system udzielania pomocy psychologicznej nawiązującej do metafory „życia jako historii-opowieści” (Giza 1991; McAdams 1985), skoncentrowanej na rekonstrukcji i rozumieniu historii, jakie ludzie opowiadają o własnym życiu, oraz udzielaniu im pomocy w poznawczym oddzieleniu oraz realnym uniezależnieniu własnego życia-historii od nieefektywnych historii (wzorców narracyjnych) oferowanych jednostce z zewnątrz.

Obok terapii narracyjnej pojawił się jednak również w ostatnich latach dodatkowy nurt oddziaływań praktycznych, realizujący ideę narracyjnego wspomagania rozwoju człowieka na wszystkich etapach jego życia, **zanim** mógłby on potrzebować profesjonalnej pomocy w zakresie rekonstrukcji własnej tożsamości w sytuacji załamania czy poważnego kryzysu życiowego (Tokarska 1999a; 1999b; 2000; 2002a; 2002b; 2004; 2005a; 2005b; 2006; 2007a).

W trakcie narracyjnej pracy z autobiografiami konieczne jest wprowadzanie odniesień do momentów stałości i przewidywalności budujących historie życia, przede wszystkim do świata wartości, przynależności do szerszych społeczności oraz ponadczasowych wymiarów ludzkiej egzystencji. Akcentuje się tu również rytualizację przejść pomiędzy poszczególnymi etapami życia, podkreśla narracyjny charakter momentów przełomowych i kryzysowych, a przede wszystkim podmiotowość autorów – a zarazem bohaterów – konkretnych historii życia. Powyższe charakterystyki pozwalają na zaklasyfikowanie tego typu oddziaływań w obrębie tak zwanej praktycznej psychologii zorientowanej egzystencjalnie (May 1989; 1995; Oleś 2003; Opoczyńska 1999; Tokarska 2002b; 2005b; 2009).

O ile konstatacja zasygnalizowanych w niniejszym artykule zjawisk współczesności, między innymi rosnącej tendencji do alinearnej organizacji danych: hipertekstualność, blogi itp. (Marecki 2003) wzbudzać może niepokój o ewentualną anachroniczność (?) przekładania kategorii narracji na proces określania własnej tożsamości w kontekście metafory przyrównującej życie do opowiadanej i przepowiadanej wciąż

na nowo, dążącej do względnej spójności i sensowności historii, o tyle żywiołowy pozytywny oddźwięk ze strony uczestników praktycznych oddziaływań narracyjnych zachęca jednak do „nieporzucania” omawianego powyżej narracyjnego tropu myślenia. Co więcej, analiza informacji zwrotnych ze strony odbiorców tego rodzaju form wspomagania rozwoju wskazuje na tendencję do transferu i wzmacniania rezultatów uzyskiwanych na poziomie samoświadomości, samozrozumienia, narracji autobiograficznej na pozostałe sfery funkcjonowania: emocjonalno-motywacyjną, decyzyjno-działaniową, komunikacyjną, a także na subiektywne poczucie podwyższonej jakości życia (Tokarska 2007b).

Leżąca u podstaw idei „egzystencjalnie zorientowanych narracyjnych form wspomagania rozwoju człowieka” (por. Tokarska 2004, 2005b, 2006, 2009) konstatacja

(...) niebywale szybkiego, wręcz galopującego procesu przetwarzania informacji [który – przyp. aut.] powoduje, że **zanika w nim właściwa istotom ludzkim narratywność**, opowieść organizująca i dająca koherencję temu, czego doświadczamy i co robimy (Śleszyński 1998, 10)

wskazuje na konieczność podjęcia się redefinicji przynależnych poszczególnym etapom życia człowieka zadań rozwojowych w terminach „rozwojowych zadań narracyjnych”. Ich zestawienie z aktualnymi licznymi (i wzajemnie powiązanymi), zasygnalizowanymi powyżej utrudnieniami efektywnej i wartościowej samodzielnej realizacji owych zadań otwiera szansę na opracowanie strategii zaradczych. Powinny one zarówno przyjmować postać projektów doboru określonych modelowych narracji „zewnętrznych” wobec doświadczenia odbiorców, zgodnie z zasadą, iż „Szkoda, że ludzie muszą przeżywać ciągle te same historie, by się czegoś nauczyć. Byłoby lepiej, gdyby znaleźli się tacy, którzy mogliby im te **historie we właściwym czasie opowiedzieć**” (Langenstein 2002, 97), jak i prowadzić do podjęcia tego rodzaju oddziaływań w odniesieniu do „wewnętrznych” narracji autobiograficznych, które – dostosowane do aktualnych rozwojowych zadań narracyjnych – wspomagałyby proces świadomego i intencjonalnego współtworzenia drogi własnego życia.

Projekty udzielania profesjonalnej pozaterapeutycznej pomocy psychologicznej w zakresie umiejętności cyklicznego określania własnej tożsamości „po nowych liniach sensu” (Oleś 2003) bądź jej istotnej modyfikacji w kierunku bardziej satysfakcjonującym danego człowieka wymagają jeszcze wieloaspektowego dopracowywania, zarówno w zakresie konceptualizacji teoretycznej, jak i konkretnych rozwiązań metodologicznych.